

保護者の皆様へ

インフルエンザ罹患者が急増していますので、ご家庭でも下記の対応をお願いいたします。

①朝登校前に、自分で健康観察をする。

毎日、検温、脈拍測定を行ってから登校してください。

- 1) 検温 … 37.0℃以上
- 2) 悪寒、腰の痛み、筋肉痛（背や大腿など大きな筋肉）
- 3) 脈拍 … 100回/分以上

1～3) の症状がある場合は、自宅で休養して経過観察をしてください。

（※1・2がなく、3のみの場合は、登校して経過観察でもよい。）

症状が継続したり、悪化したりする場合は、病院を受診してください。

②発熱の場合は、病院を受診する。

発熱 37.5℃以上ある場合は、病院を受診してください。

インフルエンザの検査が陰性の場合でも、平熱に下がるまでは、自宅で休養することをお勧めいたします。

判断に迷う場合は、主治医に相談して登校してよいか確認してください。

③感染予防に努める。

ご家庭でも下記のことに努めてください。

- 手洗い・うがいの励行、マスクの着用
- 自室の換気
- 免疫力を高める（栄養のある食事、疲労回復のための睡眠）

なお、今週の早朝講座（ゼロスタ）は中止いたします。